



Spazi di Sport

settore nazionale UISP

sede operativa presso Costruire in Project  
via Delle Monache, 2 - 41057 Spilamberto (Modena)  
t. 059.785422 - [www.spazidisport.it](http://www.spazidisport.it) - [info@spazidisport.it](mailto:info@spazidisport.it)

Prof. Fabio Casadio

Responsabile di progetto e Presidente UISP di Bologna - t. 051.6013511 - [uispbologna@uispbologna.it](mailto:uispbologna@uispbologna.it)

Ing. Luciano Rizzi

Capo progetto e a.d. di Costruire in Project - t. 335.6232113 - [rizzi@costruireinproject.it](mailto:rizzi@costruireinproject.it)

HEPA EUROPE  
rete europea per la  
promozione della salute e  
migliorare l'attività fisica  
è un progetto dell'U.M.S.



# **CORRIERE DEL MOVIMENTO**

**.....per stare bene!**

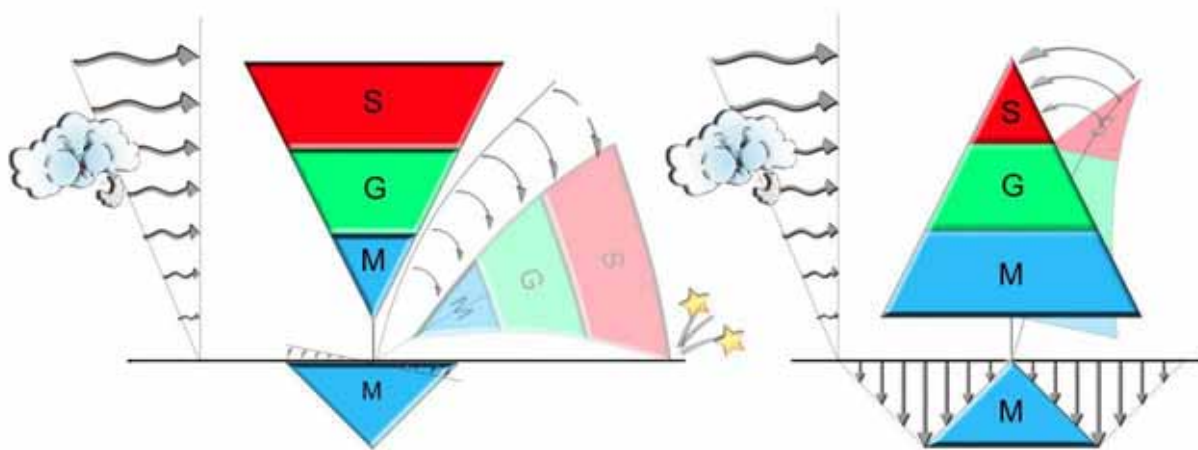
SPAZI di SPORT (UISP) con il "corriere del movimento ... per stare bene" inizia oggi la presentazione e la divulgazione di quanto è stato fatto.

Il progetto "corriere del movimento ... per stare bene" verrà inviato, tramite mail a tutte le sedi della UISP in Italia con cadenza possibilmente settimanale (al lunedì) e ogni numero conterrà un solo articolo.

Il sito internet di Spazi di Sport ([www.spazidisport.it](http://www.spazidisport.it)) è stato AGGIORNATO si possono scaricare i numeri pubblicati

Ing. Luciano Rizzi (Capo Progetto "tecnico" di SPAZI di SPORT)

**N° 13 (numero speciale) – lunedì 8 marzo 2010**



numero speciale

Approvato con DM 2 Marzo 2010 il programma 2010 CCM

**12.000.000 di euro alle Regioni**

per la realizzazione del Piano nazionale della  
prevenzione e di Guadagnare salute

**NUOVE PISCINE AL PARCO**

un progetto per le Aziende USL del Servizio Sanitario Reg.

## SCHEDA DI PROGETTO

### TITOLO

# NUOVE PISCINE AL PARCO

impianti educativi per la salute  
per una scelta sana che diventi una scelta facile

### SOTTOTITOLO

palestra in ACQUA e palestra a CIELO APERTO per il  
PEDALA NUOTA CORRI CAMMINA e tieniti in forma  
per tutta la vita

### OBIETTIVO

un progetto che UISP potrebbe proporre all'Assessorato  
politiche per la salute della REGIONE

### SERVIZIO SANITÀ PUBBLICA

conforme al programma 2010 del CCM approvato con  
DM 2 marzo 2010



## PREMESSA

Con DM 2 marzo 2010 è stato approvato il programma 2010 del Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie croniche (CCM), per un onere complessivo di euro 26.762.861.

Il programma CCM 2010, come peraltro già nel 2009, è indirizzato in parte alle Regioni (poco meno del 50%, pari a euro 12.000.000) per la realizzazione del **Piano nazionale della prevenzione e di Guadagnare salute**.

Il programma CCM 2010 è stato trasmesso ufficialmente alle regioni il **4 marzo 2010**.

Nel presente anno, dal momento che il DPR 14 maggio 2007, n.86, fa durare in carica il CCM fino al **21 luglio 2010**, si rende necessario anticipare la tempistica in modo da arrivare alla scelta finale dei progetti esecutivi di applicazione del programma 2010 entro tale ultima data.

Questo è l'iter e la tempistica relativa:

- ▶ le proposte di progetto avanzate dalle Regioni, redatte sotto forma di lettera d'intenti, e la relativa nota ufficiale di trasmissione devono essere inviate entro e non oltre il **15 aprile 2010**
- ▶ il Comitato scientifico del Ccm valuta le lettere d'intenti
- ▶ il Direttore operativo comunica tempestivamente l'esito della valutazione ai soggetti proponenti
- ▶ ai soggetti proponenti che hanno inviato lettere d'intenti valutate positivamente viene richiesta la stesura del progetto esecutivo che deve essere trasmesso al Ccm entro il 30 giugno 2010
- ▶ il Comitato scientifico del Ccm esamina e approva i progetti esecutivi ritenuti idonei entro il 20 luglio 2010.

Il progetto **"NUOVE PISCINE AL PARCO (impianti educativi per la salute, per una scelta sana che diventi una scelta facile)"** per le Aziende Usl del Servizio sanitario Regionale, ricade nelle linee progettuali del programma CCM 2010, e più precisamente

- ▶ ID 14 - **promozione di stili di vita salutari** (ambito: prevenzione universale)
- ▶ ID 23 - **promozione dell'attività fisica come atto terapeutico** (ambito: prevenzione complicate e delle recidive di malattia)





*Ministero del Lavoro, della Salute  
e delle Politiche Sociali*

CENTRO NAZIONALE PER LA PREVENZIONE E IL  
CONTROLLO DELLE MALATTIE (CCM)

.....  
*Risposta al Foglio del*.....  
.....

Ministero della Salute

DGPREV

0010250-P-04/03/2010

F.3.a.d



61920302

Ai Sig. Assessori alla salute  
delle Regioni e Province autonome  
Agli Assessorati alla salute  
delle Regioni e Province autonome  
**LORO SEDI**

All'Istituto superiore di sanità  
All'Istituto superiore per la prevenzione e la  
sicurezza del lavoro  
All'Agenzia nazionale per i servizi sanitari  
regionali  
**LORO SEDI**

**OGGETTO:** programma CCM 2010.

Con DM 2 marzo 2010 (attualmente in fase di registrazione e che, ad ogni buon fine, si riporta in Allegato 1 alla presente) è stato approvato il programma 2010 del Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie che, oltre a prevedere le consuete azioni centrali, è sostanzialmente dedicato al sostegno del Piano nazionale della prevenzione e di Guadagnare salute nonché al supporto di progetti strategici di interesse nazionale.

Come per lo scorso anno, il DM in questione prescrive che, per rendere ancora più leggibile il ruolo del programma CCM quale supporto pieno e incondizionato alle attività regionali, siano le Regioni medesime – a seconda dei casi, singolarmente o in gruppo – a raccogliere e a proporre al Direttore operativo del CCM le proposte di progetto che danno concretezza alla programmazione 2010. Le suddette proposte regionali, sotto forma di lettera d'intenti redatta secondo il formato CCM che si riporta in Allegato 2, possono vedere il coinvolgimento (oltre che delle strutture del SSN e delle Regioni medesime, dell'ISS, dell'ISPEL, dell'AGENAS, della Sanità militare, degli Istituti zooprofilattici sperimentali, di Università e di Istituti di ricovero e cura a carattere scientifico) anche di ogni altro Ente/Istituto/Fondazione/ONG/Associazione/Società scientifica/Agenzia internazionale/Società di consulenza, ecc. pertinente alla progettualità prescelta. Ogni Soggetto interessato (come detto: strutture del SSN, Sanità militare, Istituti zooprofilattici sperimentali, Università, Istituti di ricovero e cura a carattere scientifico ovvero Ente/Istituto/Fondazione/ONG/Associazione/Società scientifica/Agenzia internazionale/Società di consulenza, ecc.) può, dunque, applicare al programma CCM 2010 solo previo avallo della competente Regione.

Resta inteso che proposte di progetto possono essere presentate autonomamente anche da ISS, ISPEL ed AGENAS, secondo le stesse modalità valide per le Regioni.

In ogni caso, **inderogabilmente entro il 15 aprile p.v.**, gli Assessorati alla salute, ISS, ISPEL e AGENAS dovranno far pervenire le lettere d'intenti di cui sopra e la relativa nota ufficiale di trasmissione ai seguenti indirizzi di posta elettronica: [s.mele@sanita.it](mailto:s.mele@sanita.it); [d.paramatti@sanita.it](mailto:d.paramatti@sanita.it).



Successivamente, non appena il Comitato scientifico del CCM avrà provveduto alla valutazione delle lettere d'intenti pervenute, lo Scrivente comunicherà ai Soggetti proponenti, nonché a Regioni, ISS, ISPEL e AGENAS, l'esito della valutazione. Per le lettere d'intenti valutate positivamente si provvederà, altresì, a richiedere la stesura del progetto esecutivo redatto secondo la modellistica già in uso e che, per pronta visione, si riporta in Allegato 3. Tali progetti esecutivi dovranno pervenire inderogabilmente entro il 30 giugno p.v.

Alla luce della procedura appena rappresentata e pur tenuto conto che quanto precede verrà in tempi brevissimi adeguatamente pubblicizzato sul sito istituzionale del Ministero ([www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it)) e su quello del CCM ([www.ccm-network.it](http://www.ccm-network.it)), si pregano le SS.LL. e codesti Istituti/Agenzia di voler dare la massima diffusione dei contenuti della presente agli interessati.

IL DIRETTORE OPERATIVO  
(Dott. Fabrizio Oleari)



# UN PROGETTO IN LINEA CON IL PIANO D'AZIONE DELL'OMS

titolo	NUOVE PISCINE AL PARCO - impianti educativi per la salute, per una scelta sana che diventi una scelta facile
sottotitolo	palestra in ACQUA e palestra a CIELO APERTO per il PEDALA NUOTA CORRI CAMMINA e teniti in forma per tutta la vita
obiettivo	un progetto conforme al programma 2010 del CCM approvato con DM 2 marzo 2010, e che UISP potrebbe proporre all'Assessorato politiche per la salute della REGIONE, SERVIZIO SANITÀ PUBBLICA

Il progetto proposto è in linea con il Piano d'Azione dell'OMS per la strategia globale di prevenzione e controllo delle malattie croniche.

Il Piano d'Azione dell'OMS 2008-2013 prevede 6 obiettivi specifici e, tra questi:

- ▶ 3: promuovere interventi per ridurre i principali fattori di rischio modificabili per le malattie croniche
- ▶ 3.3. promuovere l'attività fisica.
  - garantire che andare a piedi o in bicicletta e altre forme di attività fisica siano sicure e praticabili da tutti
  - migliorare le strutture dedicate a sport, ricreazione e attività fisica nel tempo libero
  - aumentare il numero di spazi salubri disponibili per il gioco e il movimento

La proposta è per fare "al parco" in ognuna delle Aziende Usi del Servizio sanitario Regionale, un nuovo impianto pubblico (impianto educativo per la salute), per pedalare nuotare correre e camminare, in linea con le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, e quindi:

- ▶ per l'attività fisica per la salute, quella che migliora le capacità funzionali senza provocare danni
- ▶ per la vita attiva, cioè lo stile di vita che integra l'attività fisica nella routine quotidiana.

Vivere attivamente e fare attività fisica per la salute è importante per tutti, ma la proposta vuole prestare particolare attenzione ai gruppi chiave della popolazione: i bambini e i giovani, le persone a basso reddito, le ragazze e le donne, le minoranze etniche, le persone con disabilità, gli anziani.

Il progetto è per lo "sport di tutti per tutta la vita". Per sport di tutti per tutta la vita intendiamo quelle attività a basso gesto tecnico che tutti possono praticare, nel rispetto dei limiti cognitivi e motori di ciascuno, nell'intero arco di una vita.

Vogliamo inoltre rispondere a quella consistente richiesta di movimento di chi desidera praticare al di fuori delle strutture organizzative, al di fuori delle società e delle squadre, in orari flessibili, in modo garantito, in sicurezza, in ambienti naturali che offrono anche altre opportunità in termini sia sportivi che ricreativi per la famiglia.





# IL PROGETTO - NUOVE PISCINE AL PARCO

Cinque gli elementi necessari per l'attuazione del progetto:

- ▶ l'ambiente
- ▶ i circuiti del camminare, correre e pedalare
- ▶ la stazione di cambio e di scambio
- ▶ l'acqua.
- ▶ la palestra per camminare, correre e pedalare

L'ambiente è per lo sport di tutti per tutta la vita.

I circuiti del camminare, correre e pedalare consentono il movimento e la sudorazione nell'ambiente.

La stazione di cambio offre i servizi per l'utente in movimento nell'ambiente, e quindi dello spogliarsi e del fare la doccia, del ritrovo, della partenza e dell'arrivo, ma è anche stazione di scambio tra il nuotare, correre e pedalare

L'acqua è l'elemento di valorizzazione del progetto ed è un complemento importante per l'ambiente; la stazione di cambio è anche lo spogliatoio per andare in acqua.

## L'AMBIENTE

Ogni ambiente naturale si presta ad accogliere il progetto.

Il progetto, per la diversità dei territori, si disegna sull'ambiente valorizzandone gli aspetti tipici e diventando ogni volta diverso da sé stesso.

## I CIRCUITI DEL CAMMINARE, CORRERE E PEDALARE

I circuiti del camminare, correre e pedalare sono per la camminata veloce, il jogging e la bicicletta.

Sono i circuiti della viabilità dolce, le ciclabili e i percorsi pedonali.

Si snodano all'interno dell'ambiente, garantendo la pratica in area protetta.

Potrebbero correre paralleli e affiancati, su due binari.

Il circuito, nel suo intero sviluppo, dovrebbe mantenere la visibilità su sé stesso, sia per ragioni di sicurezza, che di carattere più prettamente sportivo.

La visibilità deve essere, quando le condizioni lo richiedono, potenziata da adeguata illuminazione notturna.

La visibilità sul circuito, per quanto concerne la sicurezza, garantisce:

- ▶ una efficace azione di controllo e di intervento in caso di necessità (un malore)
- ▶ una maggiore sicurezza di chi pratica il movimento in ambiente, che non deve mai trovarsi ad attraversare punti potenzialmente pericolosi (ambiti nascosti o bui, ..)
- ▶ la possibilità di vedere tempestivamente chi percorre il circuito in senso contrario al nostro, consentendo di evitare pericolosi scontri.

Mentre, per quanto concerne gli aspetti più sportivi, garantisce:

- ▶ la percezione del distacco tra noi e gli altri atleti
- ▶ un contrasto importante alla monotonia della pratica.



Il circuito ciclo-pedonale si deve differenziare nel suo sviluppo e deve mantenere la precedenza su altri percorsi (es. cavalli), mentre deve dare, ovviamente per ragioni di sicurezza, la precedenza ai percorsi carrabili (strade).

### LA STAZIONE DI CAMBIO E DI SCAMBIO

La stazione di cambio e di scambio deve offrire i servizi per l'utente in movimento, quali:

- ▶ parcheggio dell'automezzo
- ▶ deposito del mezzo (bicycle)
- ▶ cambio indumenti
- ▶ ritrovo, partenza e arrivo
- ▶ scambio tra il nuotare, camminare, correre e pedalare
- ▶ doccia e bagno.

La stazione di cambio e di scambio è, come per una vera stazione ferroviaria, l'ingresso per accedere ai servizi, il deposito dei mezzi (le biciclette), il luogo per l'obliterazione e il controllo dei permessi di viaggio (leggesi: biglietti, abbonamenti, ...), la piattaforma di partenza/arrivo dei trenini degli utenti sui circuiti.

La piattaforma sui circuiti è protetta da una pensilina e dalla stazione si effettuano le partenze.

Si parte camminando, correndo o in bicicletta (mountain bike), ad intervalli regolari, ad esempio ogni quarto d'ora, da soli o in compagnia, ogni giorno e per tutto l'anno.

Ad ogni orario si dovrebbe associare una velocità di percorrenza cosicché gli utenti possano decidere di partire assieme ad altri di preparazione e capacità confrontabili.

Un utente potrà scegliere così a quale ora partire, quale "treno" prendere in stazione, decidendo poi, autonomamente, quando fermarsi, arrivando però sempre in stazione.

La periodicità delle partenze, per quattro livelli diversificati di preparazione fisica, potrebbero avvenire ad ogni quarto d'ora.

A puro titolo di esempio, il treno degli atleti meno competitivi (amatori) potrebbero partire allo scoccare di ogni ora, quelli di capacità superiore 15 minuti dopo lo scoccare dell'ora, quelli ancora più bravi a 30 e i più bravi a 45.

Nella stazione di cambio e scambio dovrà essere costruito uno spazio per il controllore, dotato di ingresso, spogliatoio con doccia e bagno, ufficio anche pronto soccorso e infermeria.

Nel caso che la stazione di cambio e scambio è anche spogliatoio per l'acqua, la zona di cambio indumenti e lo spazio per il controllore dovranno essere comunicanti con l'acqua tramite presidio sanitario.

### L'ACQUA

L'acqua è l'elemento di valorizzazione del progetto.

La stazione di cambio e scambio è anche lo spogliatoio per l'acqua.

Il piano vasca e la stazione di cambio e scambio costituiranno pertanto un unico edificio di semplice costruzione.

Alla corsia d'acqua si può accedere solo con prenotazione/corsia/ora.

Ogni corsia d'acqua potrà essere prenotata da 1 solo soggetto (persona fisica, o giuridica, o sportiva) oppure da un numero prefissato (ad esempio 6) di persone contemporaneamente.





La profondità dell'acqua e la volumetria del piano vasca sono le minime consentite per una normale pratica del nuoto non competitivo.

L'acqua del progetto "movimento" in gestione "contro-corrente" non è competitiva, non è una piscina.

#### LA PALESTRA PER CAMMINARE, CORRERE E PEDALARE

La palestra è un secondo elemento di valorizzazione del progetto.

La stazione di cambio e scambio è anche lo spogliatoio per la palestra.

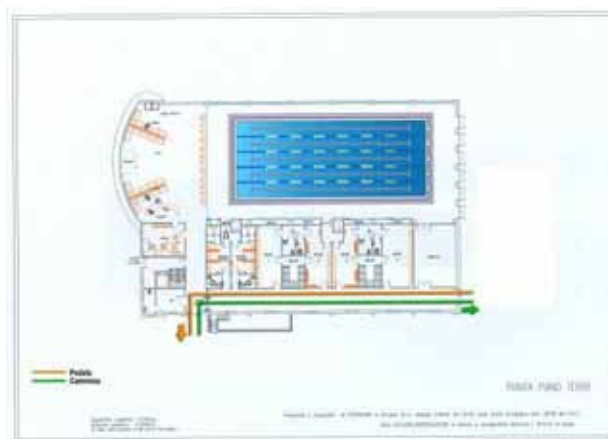
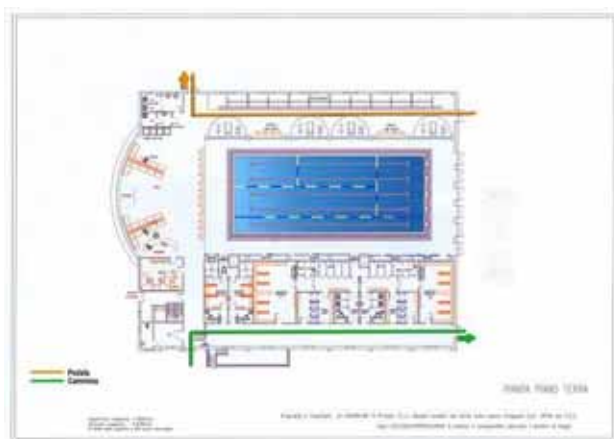
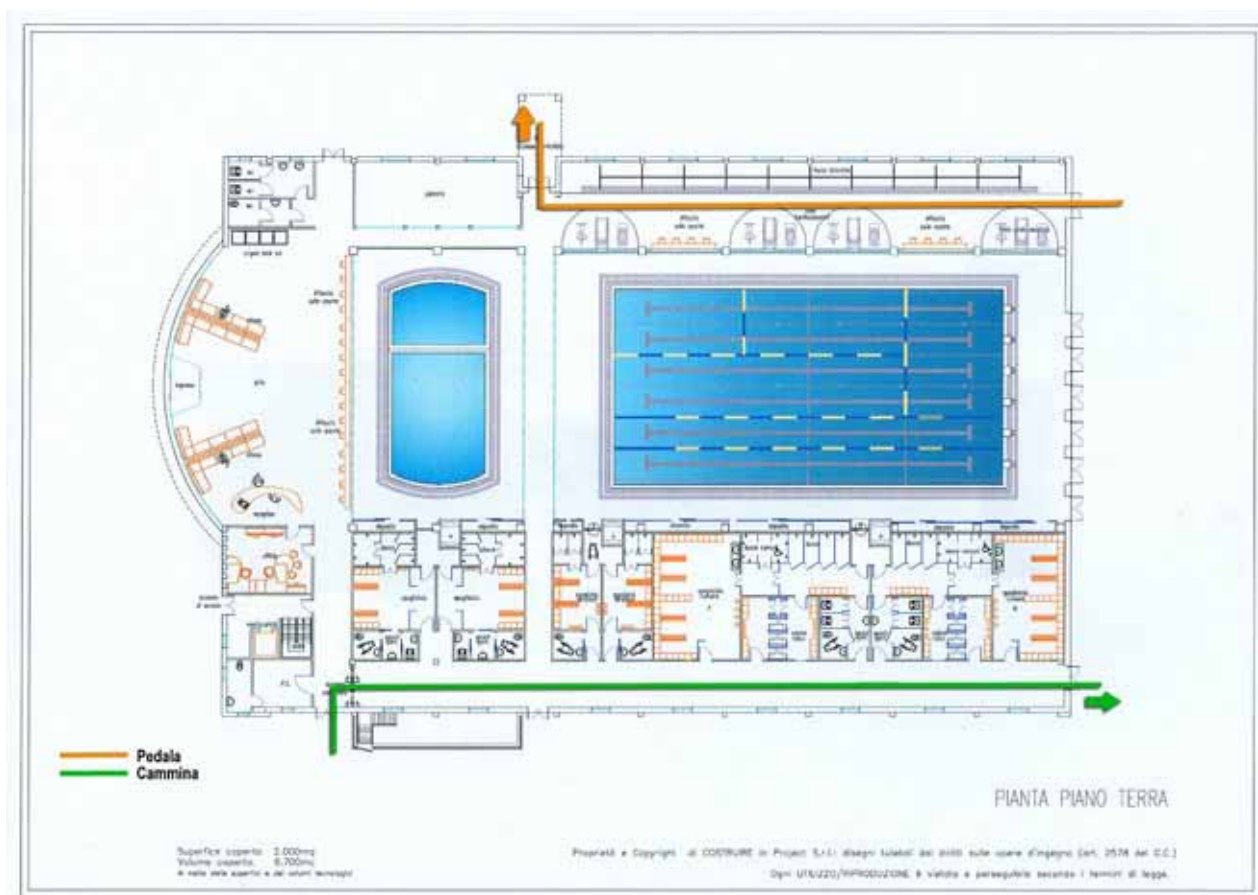
La palestra è formata da "isole" per camminare, correre e pedalare a 2 o 3 macchine (ciclette, tapisroulants, step).

La palestra per camminare, correre e pedalare, il piano vasca e la stazione di cambio e scambio costituiranno pertanto un unico edificio di semplice costruzione.

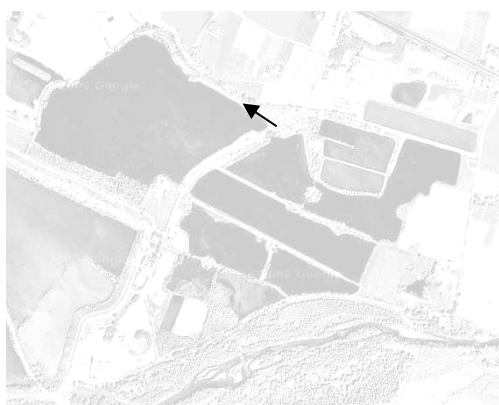
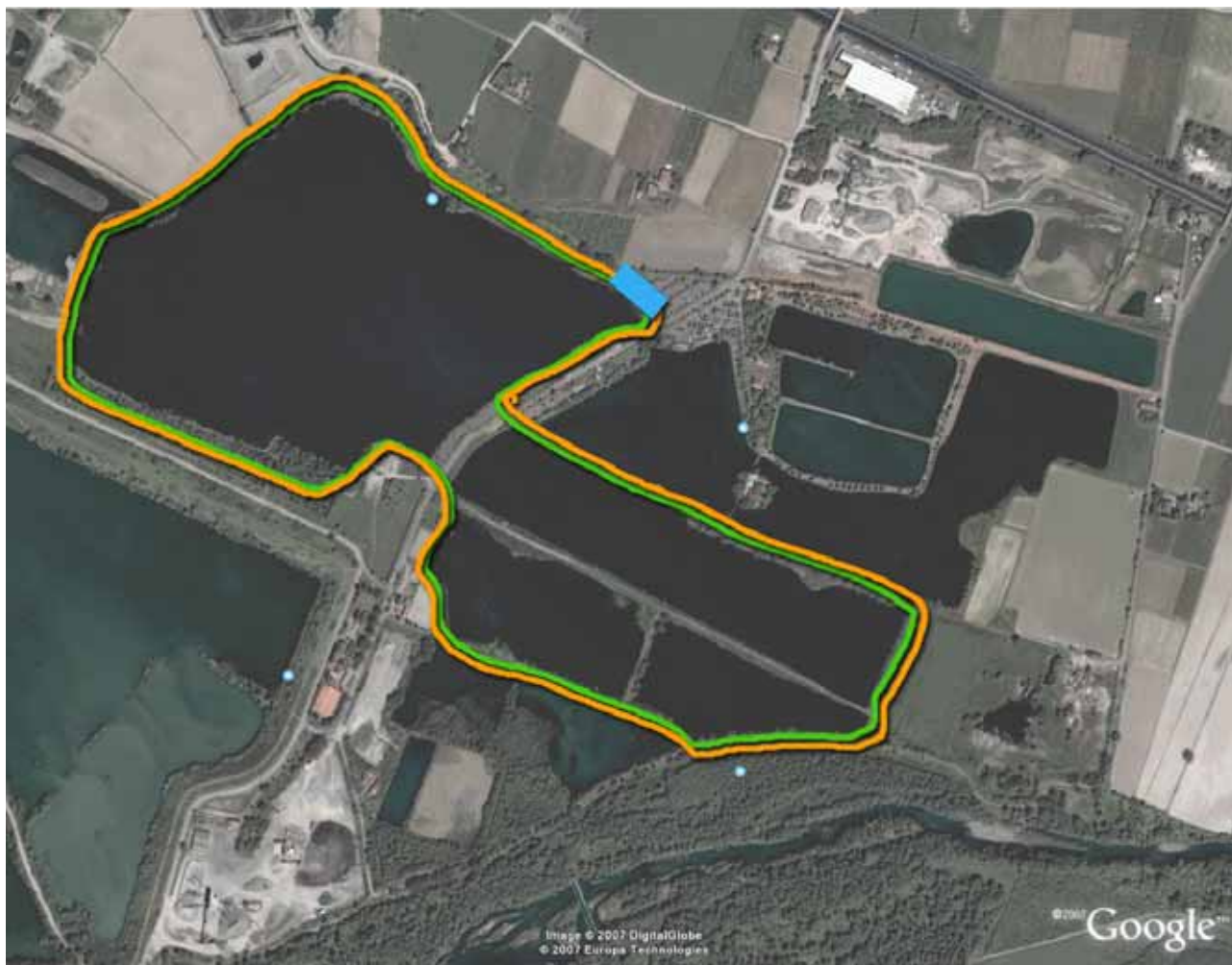
Alla palestra si può accedere solo con prenotazione/isola/ora e ogni "isola" potrà essere prenotata da 1 solo soggetto (persona fisica, o giuridica, o sportiva) oppure da un numero prefissato (ad esempio 3) di persone contemporaneamente



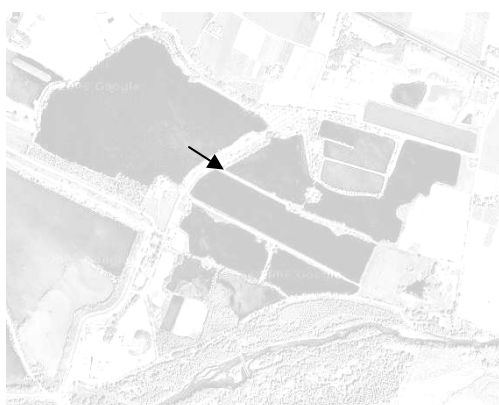
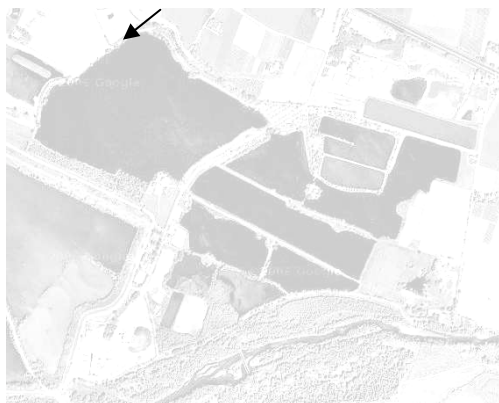
# LA PALESTRA IN ACQUA PER IL PROGETTO



## UN ESEMPIO







# PROGETTO TECNICO

Passaggi operativi:

- ▶ incontri di presentazione/elaborazione del progetto politico “percorsi e impianti educativi per la salute per una scelta sana che diventi una scelta facile”
- ▶ incontri di presentazione/elaborazione dei progetti tecnici “palestra per il pedala nuota e cammina (piscina invernale)” e “palestra a cielo aperto (piscina estiva)”
- ▶ visita guidata su “palestre” realizzate
- ▶ stesura del pre-progetto di fattibilità mediante l'uso degli standard di progetto
- ▶ incontro di presentazione e verifica del pre-progetto di fattibilità
- ▶ stesura definitiva del progetto di fattibilità
- ▶ stesura del progetto economico finanziario di massima (compreso il progetto della convenzione ed i costi e ricavi di gestione)

